



EBEVEYNLERE YÖNELİK KABUL VE KARARLILIK TERAPİSİ TEMELLİ GRUP MÜDAHALE PROGRAMLARININ İNCELENMESİ

INVESTIGATION OF GROUP INTERVENTION PROGRAMS BASED ON ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY FOR PARENTS

 Sena EROL KARACA¹

 Fulya YÜKSEL ŞAHİN²

¹ Uzm. Psikolojik Danışman, Milli Eğitim Bakanlığı, senaerolkaraca@gmail.com

² Prof. Dr., Yıldız Teknik Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, fusahin@yildiz.edu.tr

Geliş Tarihi / Date Applied
24.10.2024

Kabul Tarihi / Date Accepted
06.12.2024

ÖZET

Bu çalışmada, ebeveynlere yönelik Kabul ve Kararlılık Terapisi temelli hazırlanan grup müdahale programlarının doküman analizi yöntemi ile incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç kapsamında, Temmuz 2024 tarihinde TR Dizin, YÖK Ulusal Tez Merkezi, Wiley Online Library, Science Direct, EbscoHost ve PubMed veri tabanlarında alanyazın taraması gerçekleştirilmiştir. Tarama, Türkçe ve İngilizce çalışmaları içerecek şekilde ve yıl sınırlaması olmaksızın yapılmıştır. Yapılan tarama sonucunda ulaşılan 2676 araştırma, belirlenen dahil etme ve dışlama kriterleri doğrultusunda değerlendirilmiş ve yedi çalışma araştırma kapsamında incelenmiştir. Araştırmada nitel araştırma desenlerinden "durum çalışması" deseni kullanılmıştır. Veri toplama yöntemi olarak yazılı doküman incelemesi kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen çalışmalar, araştırmacılar tarafından "KKT Temelli Ebeveyn Grup Müdahale Çalışmaları Sınıflama Formu" oluşturularak incelenmiştir. Veriler, betimsel analiz ile çözümlenmiştir. Araştırmaya dahil edilen çalışmalar; araştırma grubu, araştırma deseni, oturum sayıları ve süreleri, ölçme araçları, oturum içerikleri ve ulaşılan sonuçlar açısından incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar ışığında, ebeveynlerle yürütülecek Kabul ve Kararlılık Terapisi'ne dayalı grup müdahaleleri için çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Ebeveyn, Kabul ve Kararlılık Terapisi, Grup müdahalesi, Doküman analizi.

ABSTRACT

This study aims to examine group intervention programs designed for parents based on Acceptance and Commitment Therapy (ACT) by using the document analysis method. A literature review was conducted in July 2024 across the TR Index, YÖK National Thesis Center, Wiley Online Library, Science Direct, EbscoHost, and PubMed databases. The review included studies in both Turkish and English, with no restrictions on publication year. A total of 2676 studies were identified and evaluated based on inclusion and exclusion criteria, with seven studies selected for detailed analysis. The research adopted a qualitative "case study" design, and written document analysis was used as the data collection method. The selected studies were examined using an "ACT-Based Parent Group Intervention Studies Classification Form" developed by the researchers. Data were analyzed using descriptive analysis. The studies were reviewed in terms of their research group, research design, number and duration of sessions, measurement tools, session content, and results. Based on the findings, various recommendations were proposed for implementing group interventions based on ACT with parents.

Keywords: Parent, Acceptance and Commitment Therapy, Group intervention, Document Analysis.

* Bu çalışma; birinci yazarın, ikinci yazar danışmanlığındaki doktora tezinden üretilmiştir.

1. GİRİŞ

Psikolojik danışma sürecini yapılandırmada ve süreci daha etkili kılmada çok önemli bir yeri olan psikolojik danışma kuramlarının sayısı günümüzde 400'den fazladır (Işık, Ergüner Tekinalp, Üzbe Atalay ve Kaynak, 2022: xi). Bunların içerisinde, üçüncü dalga bilişsel davranışçı terapiler olarak adlandırılan kısımda yer alan Kabul ve Kararlılık Terapisi (KKT) (Coyne, McHugh ve Martinez, 2011), 1980'li yılların ortalarında Steven Hayes tarafından ortaya atılmıştır (Harris, 2022: 25). 1990'lı yıllardan itibaren, bağımsız bir model olarak alanda varlık göstermeye başlamıştır (Işık vd., 2022: 271). Bu anlamda KKT gerek yaygınlık gerekse de ampirik verilerle desteklenmesi açısından öne çıkan terapi modellerinden birisi olmuştur (Yavuz, 2015).

KKT, davranış analizinin alanlarından biri olan ve dil ve zihnin insan davranışlarıyla bağlantılarını inceleyen ilişki çerçevesine dayanmaktadır (Hayes, 2004; Walser ve Westrup, 2007). Dilin çift yönlü ve çoğu zaman da değerlendirici doğası sebebiyle insanların acı ve ıstırap yaşadığını, bu anlamda dilin işlevsiz kullanımının psikolojik olarak katılığı getirdiğini ileri sürer (Stoddard ve Afari, 2022: 27). KKT, ayrıca kökenlerini işlevsel bağlamsalılık felsefi yaklaşımından alır (Nalbant ve Yavuz, 2019). Bu yaklaşıma göre psikolojik olaylar, organizma ile çeşitli bağlamlar arasında devam eden etkileşimler kümesi olarak ele alınır (Hayes, 2004). Bu doğrultuda, kişinin düşünceleri içerik olarak geçersiz sayılmaz ya da alternatif geliştirilmez; kişinin o düşünceyle ilişkisi pragmatist bakış açısıyla yeniden düzenlenir (Nalbant ve Yavuz, 2019). Nitekim KKT'de anlamlı ve dolu dolu bir hayat yaşamak için çeşitli psikolojik becerileri öğrenme ve bu şekilde zorlayıcı düşünce ve duygularla etkili şekilde başa çıkmayı sağlama amaçlanır (Harris, 2022: 24).

KKT'ye göre, psikolojik olarak sağlıklı bir işleyişin merkezinde psikolojik esneklik vardır (Stoddard ve Afari, 2022: 28). Bu sebeple KKT'nin tüm müdahaleleri temelde psikolojik esnekliği geliştirmeyi hedeflemektedir. Psikolojik esneklik ise altı temel süreç üzerinde kurulu olarak yer alır ve geliştirilir. Bu süreçler; kabul, ayrışma, bağlamsal benlik, anda olma, değerler ve kararlı eylemdir (Hayes vd., 2004). Kabul; düşünce, duygu, anı gibi içsel yaşantılara açık olmak ve onların var olmalarına esnek bir şekilde izin vermek anlamına gelirken (Yavuz, 2015), geçmişte yaşanmış ancak kişiye zarar veren bir ilişki biçimiyle hatırlanan özel olayları da aktif ve bilinçli bir şekilde kucaklamayı içerir (Hayes vd., 2005). Ayrışma; kişinin işine yaramayan düşüncelerle kurduğu işlevsiz ilişkiyi değiştirerek, onları gerçekte olduğu haliyle yani sadece düşünceler olarak görmektir (Harris, 2021: 92). Bağlamsal benlik ise, bireyin deneyimlerinin içeriğini aşan bir benlik duygusuna işaret eden (Stoddard ve Afari, 2022: 30), düşünce ve hislerin gözlemlenebileceği psikolojik bir perspektiftir (Harris, 2022: 449). Anda olma; mevcut psikolojik veya fiziksel deneyimlere bilinçli bir şekilde dikkati vermek ve yaşantılarla bağlantı kurmaktır (Harris, 2022: 29). KKT'de çalışılması önemli olan değerler, yaşamda farklı alanlarda yapılmak istenen temel prensiplere karşılık gelir (Işık vd., 2022: 285). Kabul, ayrışma, anda olma ve bağlamsal benlik süreçleri; değerler doğrultusunda bir yaşam sürmek için gerekli psikolojik esnekliği kazanmaya yardımcı olarak kullanılır. Kararlı eylem ise, değerler doğrultusunda harekete geçmeye ve temelde bu yöndeki davranış değişikliklerine işaret eder (Stoddard ve Afari, 2022: 32). Bu altı sürecin tamamı birbiriyle ilişkili olarak ve psikolojik esnekliği geliştirme hedefi doğrultusunda birbirini destekleyerek çalışır (Hayes vd., 2005).

Alanyazında, KKT'nin etkililiğini inceleyen çeşitli araştırmalar mevcuttur. Çeşitli meta-analiz ve sistematik inceleme çalışmaları KKT'nin; anksiyete, depresyon, madde kullanım bozuklukları, yeme bozuklukları, kronik ağrı, stres gibi farklı psikolojik problemler üzerinde etkili sonuçlar

verdiğini göstermiştir (A-Tjak vd., 2015; Bai, Luo, Zhang, Wu ve Chi, 2020; Gloster, Walder, Levin, Twohig ve Karekla 2020; Onnik, Konstantinidou, Moskovich, Karekla ve Merwin, 2022). Bunun yanında KKT uygulamaları; otizm (Blackledge ve Hayes, 2006), pediatrik hastalıklar (Brown, Whittingham, Boyd, McKinlay ve Sofronoff, 2014), fiziksel sağlık sorunları (Bryne, Ghráda, O'Mahony ve Brennan, 2020) gibi farklı zorluklar yaşayan çocukların ebeveynleriyle de yürütülmüştür. Bu çalışmaların sonuçları ise umut verici olarak değerlendirilmiştir (Bryne vd., 2020). Psikolojik esneklik modelinin tüm süreçlerinin ebeveynlerde stresle başa çıkmada birer kaynak olarak kullanılabilmesi (Fung, 2018), ayrışma ve kabulün gelişmesinin yaşanan çeşitli zorlukları yönetmede ebeveynler için destekleyici olabileceği belirtilmiştir (Coyne vd., 2011). Bu bağlamda, ebeveynlerde KKT uygulamalarının önemli bir yerde olduğu söylenebilir.

Alanyazında çocuklar, ergenler ve yetişkinler için KKT müdahalelerinin arttığı ancak ebeveynlerle ilgili çalışmaların etkililiğine ilişkin kapsamlı incelemelerin bulunmadığı ifade edilmiştir (Bryne vd., 2020). Buna ek olarak, Türkiye'de KKT'ye duyulan ilgi yenidir (Tümlü, 2021). Bu yaklaşımı temel alan ve farklı çalışma gruplarıyla yürütülen araştırmaların yaygınlaştığı görülmekle birlikte, bunları bir bütün olarak ele alıp etkililiğini değerlendiren araştırmalar bulunmamaktadır (Dursun ve Akkaya, 2021). Türkiye'de KKT uygulamalarının kanser hastaları (Baş ve Dirik, 2019); ergen ve genç yetişkin (Dursun ve Akkaya, 2021) örneklerde etkililiği incelenmiştir. Ulubay ve Güven (2022), KKT ve psikolojik esnekliği birlikte ele alan çalışmaları; Kayacan ve Yılmaz Bingöl (2023) de ulusal tezlerde KKT temelli psiko-eğitim programlarını ele alıp incelemiştir. Bu doğrultuda, KKT uygulamalarının ebeveynlerde ne gibi değişkenlerle nasıl çalışıldığının ve sonucunda neler bulunduğunun incelenmediği görülmüştür. Bu çalışmada, KKT temelli olarak ebeveynlerle gerçekleştirilen grup müdahale çalışmalarının; araştırma grupları, araştırma desenleri, oturum sayıları ve süreleri, ölçme araçları, oturum içerikleri ve ulaşılan sonuçlar açılarından incelenmesi amaçlanmaktadır. Ülkemizde KKT'nin yeni yeni uygulanmaya başlanması ile birlikte araştırmacıların ve uygulayıcıların dikkatini bu terapiye çekerek aydınlatıcı bir anlayışı geliştirmek ve Türkçe literatüre katkı getirmek amaçlanmaktadır. Alan yazındaki bu boşluğu gidermenin ve ilgili çalışmalara yönelik bilgileri özet olarak sunmanın, bu konuda genel bir çerçeve çizmeye yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Bu açılarından, yazılmış olan bu makalenin bir ölçüde de olsa alanyazına katkı getirebileceği ve konuya dikkat çekebileceği düşünülmektedir.

Bu amaçla çalışmada ele alınan sorular şunlardır:

1. KKT temelli ebeveyn grup müdahale çalışmalarında kullanılan araştırma gruplarının özellikleri nelerdir?
2. KKT temelli ebeveyn grup müdahale çalışmalarının araştırma desenleri nasıldır?
3. KKT temelli ebeveyn grup müdahale çalışmalarının oturum sayıları ve süreleri nelerdir?
4. KKT temelli ebeveyn grup müdahale çalışmalarında kullanılan ölçme araçları nelerdir?
5. KKT temelli ebeveyn grup müdahale çalışmalarının oturum içeriklerinde hangi konular yer almaktadır?
6. KKT temelli ebeveyn grup müdahale çalışmalarında ulaşılan sonuçlar nasıldır?

2. YÖNTEM

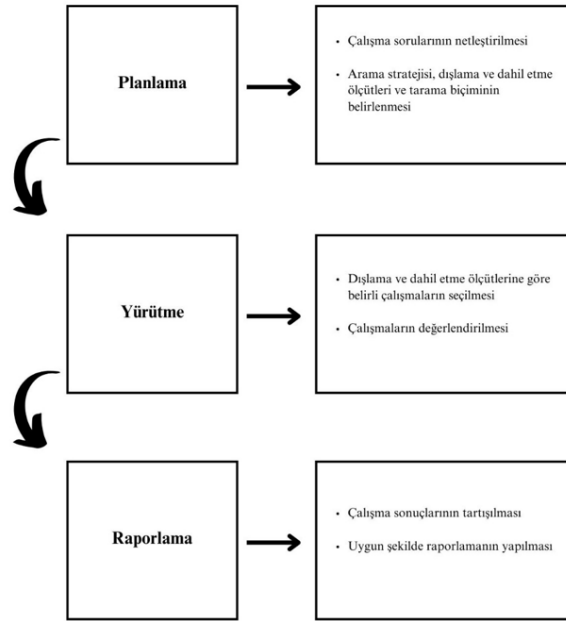
Araştırmada, sorulan soruları yanıtlamak amacıyla nitel araştırma desenlerinden "durum çalışması" deseni kullanılmıştır. Durum çalışması, bir olayı meydana getiren ayrıntıları tanımlamak, açıklamaları geliştirmek ve değerlendirmek amacıyla kullanılır (Büyüköztürk, Kılıç

Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2022: 24). Bu araştırma, yıl sınırlaması yapılmaksızın ebeveynlere yönelik KKT temelli grup müdahale programlarını konu alan çalışmaların doküman analizi yöntemi ile incelendiği nitel bir araştırmadır (Yıldırım ve Şimşek, 2021: 189).

2.1. Araştırmanın Stratejisi

Araştırmanın taramasını daraltmak için, çalışma soruları belirlenmiştir. Çalışmanın arama stratejisi, dışlama ve dahil etme ölçütleri ve tarama biçimi seçilmiştir. Sonuçta, oluşturulan yöntem uygun literatür yazılmış, sonucu ve önerileri sunulmuştur (Baccassino ve Pinnelli, 2023; Kitchenham ve Charters, 2007). Şekil 1’de yapılan literatür tarama işlemine yönelik ilgili süreç gösterilmiştir.

Şekil 1. Literatür Taraması Süreci



Çalışma kapsamında alan yazın taraması Temmuz 2024 tarihinde TR Dizin, YÖK Ulusal Tez Merkezi, Wiley Online Library, Science Direct, EbscoHost ve PubMed veri tabanları üzerinden yıl sınırlaması olmaksızın yapılmıştır. Tarama yapılırken Türkçe ve İngilizce dillerinde “Kabul ve Kararlılık Terapisi/Acceptance And Commitment Therapy”, “Kabul ve Kararlılık Terapisine Dayalı Grup Müdahale Programı/Group Intervention Program Based on Acceptance and Commitment Therapy”, “Ebeveyn/Parent” anahtar sözcükleri ve bu sözcüklerle oluşturulan çeşitli kombinasyonlar kullanılmıştır. Çalışma kapsamına alınacak çalışmaların belirlenmesinde kullanılan dahil etme kriterleri şu şekildedir:

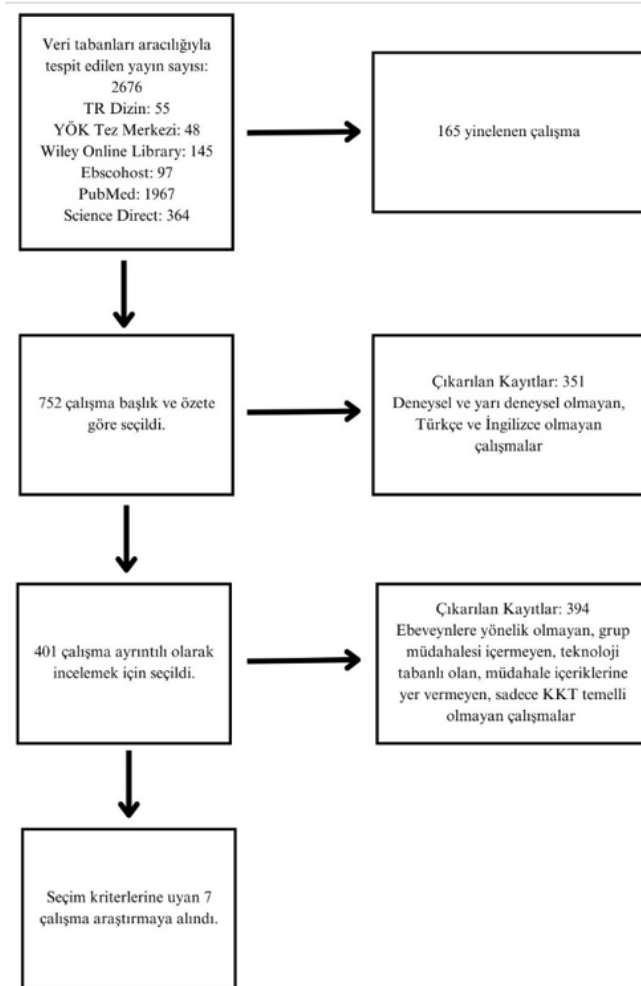
1. Ebeveynler için KKT temelli grup müdahale programlarını (grup psiko-eğitim ve grupla psikolojik danışma) içeren makale ve tezler,
2. Grup müdahale programının içerik ve özelliklerine dair tam olarak bilgi sunan makale ve tezler,
3. Deneysel ve yarı deneysel çalışmalar,
4. Grup müdahale programının etkililiğini istatistiki bulgular ile ortaya koyan çalışmalar,
5. Uygulaması yüz yüze yapılan çalışmalar,
6. Türkçe ve İngilizce dillerindeki makaleler ve tezlerdir.

Çalışma kapsamında uygulanan dışlama kriterleri ise şu şekildedir:

1. Ebeveynlere yönelik olmayan KKT temelli grup müdahale programlarını içeren makale ve tezler,
2. Grup müdahale programının içerik ve özelliklerine dair tam olarak bilgiyi sunmayan makale ve tezler,
3. Deneysel ya da yarı deneysel olmayan çalışmalar,
4. Grup müdahalesine dayanmayan çalışmalar,
5. 18 yaşından büyük çocuğu olan ebeveynlere yönelik çalışmalar,
6. Türkçe veya İngilizce dillerinde olmayan çalışmalar,
7. Teknoloji tabanlı müdahale çalışmalarıdır.

Bu doğrultuda, taramanın ilk aşamasında, makale ve tezlerin başlıkları ve özetleri taranmış ve incelenmiştir. Çalışmanın amacına uygun olan makale ve tezler çalışmaya dahil edilmiştir (Baccassino ve Pinnelli, 2023). Çalışmada temel alınan arama stratejisine uygun olarak gerçekleştirilen literatür taraması sonucunda, ilk aşamada 2676 araştırmaya ulaşılmıştır. Belirlenen dahil etme ve dışlama kriterleri ile birlikte incelendiğinde, araştırma kapsamına yedi çalışma dahil edilmiştir.

Şekil 2. Çalışmaların Seçim Sürecini Gösteren Akış Şeması



2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada, veri toplama yöntemi olarak yazılı doküman incelemesi kullanılmıştır. Dokümanlar, nitel araştırmalarda etkili bir şekilde kullanılması gereken önemli bilgi kaynaklarıdır. Doküman incelemesi, bir araştırma problemi hakkında geniş bir zaman dilimine dayalı analizi olanaklı kılar (Yıldırım ve Şimşek, 2022: 192). Araştırmada kullanılan çalışmalar, KKT temelli ebeveyn grup müdahale programlarını içermiştir. Araştırmada tarama sonucu elde edilen çalışmalar, araştırmacılar tarafından “KKT Temelli Ebeveyn Grup Müdahale Çalışmaları Sınıflama Formu” oluşturularak incelenmiştir. Bu formda bulunan kategoriler “araştırma grubu”, “araştırma deseni”, “oturum sayıları ve süreleri”, “ölçme araçları”, “oturum içerikleri” ve “ulaşılacak sonuçlar” şeklindedir.

2.3. Verilerin Analizi

Araştırmada, KKT temelli ebeveyn grup müdahale programlarını içeren çalışmalardan elde edilen veriler, betimsel analiz ile çözümlenmiştir. Betimsel analiz, verilerin doğal özelliklerinin detaylı bir şekilde ortaya konulduğu, olgu veya olayları sistematik bir şekilde açıklayan ve nitel araştırmalarda sıkça kullanılan bir yöntemdir (Sandelowski, 2000). Betimsel analiz, verilerin doğal durumlarında analiz edilmesine, olguların kapsamlı bir şekilde incelenmesine olanak tanır (Vaismoradi, Jones, Turunen ve Snelgrove, 2016).

2.4. Geçerlik ve Güvenirlik Önlemleri

Araştırmada, geçerlik ve güvenilirlik önlemleri şu şekilde alınmıştır: Doküman analizinde kullanılan dokümanların güvenilir ve geçerli kaynaklardan gelmesi önemlidir (Bowen, 2009). Bu kapsamda, mevcut araştırmada yalnızca akademik çalışmalar doküman analizi kapsamında incelenmiştir. Ayrıca dokümanlardaki verilerin kodlanması sırasında tutarlılığın sağlanması gerekmektedir. Verilerin güvenilirliğini artırmak için aynı kategorilerin tekrarlayan kodlamalarla desteklenmesi önemlidir (Elo ve Kyngäs, 2008). Yine araştırmanın güvenilirliğini artırmak için makalenin iki yazarı tarafından kullanılan yöntem denetlenmiştir. Ayrıca araştırma sürecinin her bir basamağı detaylı bir şekilde açıklanmıştır.

3. BULGULAR

Çalışmanın soruları çerçevesinde elde edilen bulgular sırası ile açıklanmıştır:

3.1. KKT Temelli Ebeveyn Grup Müdahale Çalışmalarında Kullanılan Araştırma Gruplarının Özelliklerine İlişkin Bulgular

Çalışmada, “KKT temelli ebeveyn grup müdahale çalışmalarında kullanılan araştırma gruplarının özellikleri nelerdir?” sorusu sorulmuş ve elde edilen literatür bilgisi Tablo 1’de verilmiş ve açıklamaları yapılmıştır.

Tablo 1: Çalışmaların Araştırma Grubuna Dair Bilgiler

Yazar, Yıl, Yer	Araştırma Grubu
Lobato, Montesinos, Polín ve Cáliz (2023), İspanya	Nörogelişimsel bozukluk veya zihinsel engele sahip çocukların ebeveynleri Deney: 8 Kontrol: 6
Marufoğlu (2023), Türkiye	Engelli çocuğu olan anneler Deney: 13

	Kontrol: 13 Plasebo: 13
Tümlü (2021), Türkiye	3-6 yaş aralığındaki otizm spektrum bozukluğu olan çocukların anne ve babaları Deney: 11 anne, 10 baba Kontrol: 11 anne, 10 baba Plasebo: 11 anne, 10 baba
Khamseh ve Khoeini (2020), İran	Kistik fibrozisli yenidoğanların anneleri Deney: 15 Kontrol: 15
Gharashi, Moheb ve Abdi (2019), İran	İşitme engelli çocukların anneleri Deney: 16 Kontrol: 16
Salimi, Mahdavi, Yeghaneh, Abedin ve Hajhosseini (2019), İran	Otizmlı çocukların anneleri Deney: 15 Kontrol: 15
Saeedifard, Nazari ve Mohsenzadeh (2016), İran	Öğrenme güçlüğü olan çocukların anneleri Deney: 15 Kontrol: 15

Tablo 1’de görüldüğü gibi, incelenen çalışmalardan iki çalışma otizm spektrum bozukluğu olan çocukların ebeveynleriyle (Salimi vd., 2019; Tümlü, 2021); bir çalışma nörogelişimsel bozukluk veya zihinsel engele sahip çocukların ebeveynleriyle (Lobato vd., 2023); bir çalışma engelli çocuğu olan annelerle (Marufoğlu, 2023); bir çalışma kistik fibrozisli yenidoğanların anneleriyle (Khamseh ve Khoeini, 2020); bir çalışma işitme engelli çocuğu olan annelerle (Gharashi vd., 2019); bir çalışmanın da öğrenme güçlüğü olan çocukların anneleriyle (Saeedifard vd., 2015) yürütüldüğü görülmüştür.

Çalışmaların beşinde deney ve kontrol grubu kullanıldığı; her bir gruptaki katılımcı sayısının 6 ile 16 arasında değiştiği belirlenmiştir (Gharashi vd., 2019; Khamseh ve Khoeini, 2020; Lobato vd., 2023; Saeedifard vd., 2015; Salimi vd., 2019). Çalışmaların ikisinde ise deney, kontrol ve plasebo gruplarının yer aldığı ve gruplardaki katılımcı sayılarının 10 ile 13 arasında değiştiği görülmüştür (Marufoğlu, 2023; Tümlü, 2021).

Çalışmaların beşinde anneler (Gharashi vd., 2019; Khamseh ve Khoeini, 2020; Marufoğlu, 2023; Saeedifard vd., 2015; Salimi vd., 2019), ikisinde ise anne ve babalar katılımcı olarak yer almıştır (Lobato vd., 2023; Tümlü, 2021).

3.2. KKT Temelli Ebeveyn Grup Müdahale Çalışmalarının Araştırma Desenlerine İlişkin Bulgular

Çalışmada, “KKT temelli ebeveyn grup müdahale çalışmalarının araştırma desenleri nasıldır?” sorusu sorulmuş ve elde edilen literatür bilgisi Tablo 2’de verilmiş ve açıklamaları yapılmıştır.

Tablo 2: Çalışmaların Araştırma Desenine Dair Bilgiler

Yazar, Yıl, Yer	Araştırma Deseni
Lobato vd., (2023), İspanya	Ön test-son test-izleme ölçümlü randomize kontrol gruplu deneysel desen
Marufoğlu (2023), Türkiye	3X3'lük split-plot karışık deneysel desen
Tümlü (2021), Türkiye	Karma modelden iç içe desen Deneysel aşamada 3X3'lük deneysel desen
Khamseh ve Khoeini (2020), İran	Ön test-son test-izleme ölçümlü kontrol gruplu yarı deneysel desen
Gharashi vd., (2019), İran	Ön test-son test kontrol gruplu yarı deneysel desen
Salimi vd., (2019), İran	Ön test-son test kontrol gruplu yarı deneysel desen
Saeedifard vd., (2015), İran	Ön test-son test kontrol gruplu deneysel desen

Tablo 2'de görüldüğü gibi, incelenen çalışmaların üçü, ön test-son test kontrol gruplu yarı deneysel desende yürütülmüştür (Gharashi vd., 2019; Saeedifard vd., 2015; Salimi vd., 2019). Çalışmaların biri 3X3'lük split-plot karışık deneysel desende (Marufoğlu, 2023); biri ise karma modelde olup deneysel işlem aşaması 3X3'lük deneysel desende tasarlanmıştır (Tümlü, 2021). Lobato vd., (2023), ön test-son test-izleme ölçümlü randomize kontrol gruplu deneysel desende; Khamseh ve Khoeini (2020) ise, ön test-son test-izleme ölçümlü kontrol gruplu yarı deneysel desende çalışmalarını gerçekleştirmiştir.

3.3. KKT Temelli Ebeveyn Grup Müdahale Çalışmalarının Oturum Sayıları ve Sürelerine İlişkin Bulgular

Çalışmada, "KKT temelli ebeveyn grup müdahale çalışmalarının oturum sayıları ve süreleri nelerdir?" sorusu sorulmuş ve elde edilen literatür bilgisi Tablo 3'te verilmiş ve açıklamaları yapılmıştır.

Tablo 3: Çalışmaların Oturum Sayısı ve Süresine Dair Bilgiler

Yazar, Yıl, Yer	Oturum Sayıları ve Süreleri
Lobato vd., (2023), İspanya	3 oturum - 180 dakika
Marufoğlu (2023), Türkiye	7 oturum - 60-90 dakika
Tümlü (2021), Türkiye	9 oturum - 90 dakika
Khamseh ve Khoeini (2020), İran	8 oturum - 60-90 dakika
Gharashi vd., (2019), İran	8 oturum - 90 dakika
Salimi vd., (2019), İran	8 oturum - 120 dakika
Saeedifard vd., (2015), İran	8 oturum - belirtilmemiştir

Tablo 3'te görüldüğü gibi, bir çalışma 3 oturumdan (Lobato vd., 2023); bir çalışma 7 oturumdan (Marufoğlu, 2023); dört çalışma 8 oturumdan (Gharashi vd., 2019; Khamseh ve Khoeini, 2020;

Saeedifard vd., 2015; Salimi vd., 2019); bir çalışma ise 9 oturumdan (Tümlü, 2021) oluşmaktadır.

Çalışmalar oturum süreleri açısından incelendiğinde; iki çalışmanın 60-90 dakika (Marufoğlu, 2023; Khamseh ve Khoeini, 2020), iki çalışmanın 90 dakika (Tümlü, 2021; Gharashi vd., 2019), bir çalışmanın 120 dakika (Salimi vd., 2019), bir çalışmanın 180 dakika (Lobato vd., 2023) sürdüğü görülmüştür. Bir çalışmada ise oturumların süresi belirtilmemiştir (Saeedifard vd., 2015).

3.4. KKT Temelli Ebeveyn Grup Müdahale Çalışmalarında Kullanılan Ölçme Araçlarına İlişkin Bulgular

Çalışmada, “KKT temelli ebeveyn grup müdahale çalışmalarında kullanılan ölçme araçları nelerdir?” sorusu sorulmuş ve elde edilen literatür bilgisi Tablo 4’te verilmiş ve açıklamaları yapılmıştır.

Tablo 4: Çalışmalarda Kullanılan Ölçme Araçlarına Dair Bilgiler

Yazar, Yıl, Yer	Ölçme Araçları
Lobato vd., (2023), İspanya	Ebeveyn Kabul Ölçeği, Algılanan Stres Ölçeği, Genel Sağlık Anketi, Beyaz Ayı Supresyon Envanteri, Davranışsal Kendini İzleme
Marufoğlu (2023), Türkiye	Sosyo-demografik Bilgi Formu, Kabul ve Eylem Formu-2, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Maslach Tükenmişlik Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği
Tümlü (2021), Türkiye	Kabul ve Eylem Formu-2, Connor ve Davison Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Evlilik Yaşamı Ölçeği, Kişisel Bilgi Anketi, Araştırmacı Günlükleri
Khamseh ve Khoeini (2020), İran	Beş Boyutlu Bilinçli Farkındalık Anketi, Belirti Tarama Listesi
Gharashi vd., (2019), İran	Kabul ve Eylem Formu-2, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği
Salimi vd., (2019), İran	Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği
Saeedifard vd., (2015), İran	Connor-Davidson Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği

Tablo 4’te görüldüğü gibi, incelenen çalışmalarda birbirinden farklı ölçme araçlarının kullanıldığı görülmüştür. Kullanılan ölçme araçları sırasıyla şöyledir: Ebeveyn Kabul Ölçeği, Algılanan Stres Ölçeği, Genel Sağlık Anketi, Beyaz Ayı Supresyon Envanteri, Davranışsal Kendini İzleme (Lobato vd., 2023); Sosyo-demografik Bilgi Formu, Kabul ve Eylem Formu-2, Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği, Maslach Tükenmişlik Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği (Marufoğlu, 2023); Kabul ve Eylem Formu-2, Connor ve Davison Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Evlilik Yaşamı Ölçeği, Kişisel Bilgi Anketi, Araştırmacı Günlükleri (Tümlü, 2021); Beş Boyutlu Bilinçli Farkındalık Anketi, Belirti Tarama Listesi (Khamseh ve Khoeini, 2020); Kabul ve Eylem Formu-2, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (Gharashi vd., 2019); Bilişsel Duygu Düzenleme Ölçeği (Salimi vd., 2019); Connor-Davidson Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği (Saeedifard vd., 2015) kullanılmıştır.

3.5. KKT Temelli Ebeveyn Grup Müdahale Çalışmalarının Oturum İçeriklerine İlişkin Bulgular

Çalışmada, “KKT temelli ebeveyn grup müdahale çalışmalarının oturum içeriklerinde hangi konular yer almaktadır?” sorusu sorulmuş ve elde edilen literatür bilgisi Tablo 5’te verilmiş ve açıklamaları yapılmıştır.

Tablo 5: Çalışmaların Oturum İçeriklerine Dair Bilgiler

Yazar, Yıl, Yer	Oturum İçerikleri
Lobato vd., (2023), İspanya	İlk oturumda kabul, bağlamsal benlik, kararlı eylem, ayrışma çalışılmıştır. İkinci oturumda değerler, kararlı eylem, bağlamsal benlik, ayrışma, anda olma üzerinde durulmuştur. Üçüncü oturumda bağlamsal benlik, kararlı eylem, ayrışma, değerler, anda olma boyutları çalışılmıştır. Oturumların tamamında nefes egzersizi ve kararlı eylemler ile kendini izleme ödev olarak verilmiştir.
Marufoğlu (2023), Türkiye	Hazırlık oturumunun ardından her bir oturumda sırasıyla değişime hazırlık, değerler, kararlı adımlar, ayrışma, gözlemleyen benlik, yer açma ve kabul, anda olma oturum gündemleri çalışılmıştır.
Tümlü (2021), Türkiye	Oturumlar; grubun başlatılması ve yapılandırılması, amaçlar, KKT üzerine bilgilendirme ile başlamıştır. Daha sonra katılımcılar, yaşamlarını psikolojik esneklik modeline göre değerlendirmiş ve otizm tanısı sonrasına dair paylaşım yapmışlardır. Akabinde her bir oturum sırasıyla ayrışma, değerler, kabul, anda olma, bağlamsal benlik, kararlı eylem gündemleri çalışılmış ve sonlandırma oturumu yapılmıştır.
Khamseh ve Khoeini (2020), İran	Birinci oturumda giriş, kurallar, beklentiler, amaçlar, sürecin yönelimini belirleme yapılmıştır. İkinci oturumda ebeveynlerin stres ve sağlıkları arasındaki ilişki; üçüncü oturumda stresin kabulü ve değerler çalışılmıştır. Daha sonra sırasıyla değerler, zihnin düşünce ve duygu tuzakları, uygulamaların planlanması, kararlı eylem ve sonlandırma çalışılmıştır.
Gharashi vd., (2019), İran	Oturumlar tanışma, kurallar, beklentiler, amaçlar, temel kavramlar ile başlamıştır. İkinci oturumda stres ve ebeveyn kabulü; üçüncü oturumda stresle yaşama ve kabul, değerler, duygular çalışılmıştır. Dördüncü oturumda değerler ve sosyal izolasyonu önlemek için hedefler belirlenmiştir. Daha sonra sırasıyla zihnin tuzakları ve ruminasyonu durdurma; eyleme geçme; engellere rağmen kararlı eylemi sürdürme çalışılmış ve sonlandırma yapılmıştır.
Salimi vd., (2019), İran	Birinci oturumda tanışma, kurallar, yaklaşımın açıklanması ve önemli sorunların listelenmesi; ikinci oturumda sorunlar ve kontrol yöntemleri avantaj ve dezavantajları açısından değerlendirilme sağlanmıştır. Daha sonra sırasıyla zihnin olumsuz duygu ve deneyime eğilimi; ayrışma; anda olma gündemleri bulunmaktadır. Altıncı oturumda değerleri ve değerlere ulaşmada engelleri belirleme; yedinci oturumda engeller için çözüm arama ve ilgili adımları belirleme; sekizinci oturumda ise değerlendirme yapılmıştır.
Saeedifard vd., (2015), İran	Birinci oturumda kaygının doğasının tam olarak anlaşılması ve başa çıkma stratejilerinin belirlenmesi çalışılmıştır. Daha sonra sırasıyla üyelerin kişisel olaylarında kontrol; kontrolün asıl problem olması; anda olma; değerler, anda olma çalışılmıştır. Yedinci oturumda kaçınma davranışları, sekizinci oturumda bağlamsal benlik gündemi yer almaktadır. Son oturumda ise kararlı eylem üzerinde durulmuştur.

Tablo 5'te görüldüğü gibi, çalışmalarda oturumların KKT temelli olarak yapılandırılmakla birlikte farklı içeriklere sahip olduğu görülmüştür. Çalışmalarda ele alınan konulara göre içeriklerin değiştiği ve KKT boyutlarının genel olarak (kabul, ayrışma, anda olma, bağlamsal benlik, değerler, kararlı eylem) oturumlarda yer aldığı görülmüştür. Bu boyutlar, ardışık oturumlarda yer aldığı gibi (Gharashi vd., 2019; Marufoğlu 2023; Saeedifard vd., 2015; Tümlü, 2021); aynı oturumun içinde eş zamanlı olarak da yer almıştır (Khamseh ve Khoeini, 2020; Lobato vd., 2023; Salimi vd., 2019).

İncelenen çalışmaların oturum içerikleri şu şekilde olmuştur: Lobato vd., (2023) tarafından yürütülen araştırmada; birinci oturumda yaratıcı umutsuzluk, stresle başa çıkma yöntemlerinin değerlendirilmesi, bataklıkta adam metaforu, gözlemci egzersizi, fizikselleştirme yoluyla ayrışma üzerinde durulmuştur. İkinci oturumda aile ve ebeveynlik alanlarındaki değerler, kararlı eylem ve ayrışma boyutları çalışılarak bağlamsal benlik ve nefes egzersizi yapılmıştır. Üçüncü oturumda ise içsel ve dışsal engellerin varlığında kararlı eylemlerin belirlenmesi çalışılmış; gözlemci egzersizi, nefes egzersizi ve ayrışma metaforu uygulanmıştır. Üç oturumda da nefes egzersizi ve kararlı eylemler ile kendini izlemeyi uygulama ödev olarak verilmiştir.

Marufoğlu (2023) tarafından yürütülen araştırmada; tanışma, programın amacını ve bazı temel kavramları tanıtmaya, gönüllü onam formunu imzalatmaya yönelik bir hazırlık oturumu yapılmıştır. Birinci oturumda tanışma, kurallar, bataklıkta mücadele metaforu, canavarla halat çekme, KKT'nin ana hatlarının tanıtılması şeklinde değişime hazırlık oturumu yapılmıştır. Daha sonra her bir oturumda değerler, kararlı adımlar, ayrışma, gözlemleyen benlik, yer açma ve kabul, anda olma oturumları yapılarak grup süreci sonlandırılmıştır. Tümlü (2021) tarafından yürütülen araştırmada; grubun başlatılması, sürecin yapılandırılması, amaçlar ve KKT üzerine bilgilendirme ile ilk oturum başlamıştır. Çocukların otizm tanısı aldıktan sonra yaşamlarındaki değişimler hakkında duygu, düşünce ve davranışlarını paylaşmaları ve mevcut yaşamlarını psikolojik esneklik modeline göre değerlendirmelerine bir oturum ayrılmıştır. Ardından ayrışma, değerler, kabul, anda olma, bağlamsal benlik, kararlı eylem oturum gündemleri çalışılmıştır. Son olarak sürecin özetlenmesi ve üyelerin cesaretlendirilmesiyle grup sürecini sonlandırmaya bir oturum ayrılmıştır.

Khamseh ve Khoeini (2020) tarafından yürütülen araştırmada; birinci oturumda giriş, kurallar, beklentiler, amaçlar, sürecin yönelimini ve ev ödevini belirleme üzerinde durulmuştur. İkinci oturumda ebeveynlerin stres ve sağlıkları arasındaki ilişki; üçüncü oturumda stresin kabulü ve değerler çalışılmıştır. Daha sonra değerler ve eylemler, stresi yönetmek için uygun davranışlar; akabinde zihnin düşünce ve duygu tuzakları konuları yer almıştır. Altıncı oturumda uygulamaların planlanması ve kendini gözleme; yedinci oturumda engellere rağmen eyleme bağlılık üzerinde durulmuştur. Sekizinci oturumda ise kazanımları sürdürme ve sonlandırma yapılmıştır. Gharashi vd., (2019) tarafından yürütülen araştırmada; öncelikle tanışma, kurallar, terapi yaklaşımının açıklanması ve önemli sorunların listelenmesi sağlanmıştır. İkinci oturumda sorunların değerlendirilmesi, kontrol yöntemleri ve avantaj dezavantajları çalışılmıştır. Daha sonra sırasıyla zihnin olumsuz duygu ve deneyime eğilimi ve etkisiz kontrol yöntemleri; düşünceleri yargılamadan gözleme; anla temas üzerinde durulmuştur. Altıncı oturumda değerleri belirleme ve değerlere ulaşmada engellerin bir listesini hazırlama; yedinci oturumda engeller için çözüm arama ve ilgili adımları belirleme sağlanmıştır. Son oturumda ise; oturumlar, kazanımlar ve yaşam planları değerlendirilmiştir.

Salimi vd., (2019) tarafından yürütülen araştırmada; birinci oturumda tanışma, kurallar, beklentiler, amaçlar, otizm-duygu düzenleme gibi temel kavramların üstünden geçmeye yönelik

giriş oturumu yapılmıştır. Daha sonra stres ve ebeveyn kabulü ile duyguların boyutlarına dair bilgilendirme yapılmıştır. Üçüncü oturumda stresle birlikte yaşamaya yönelik bir oturum düzenlenmiş; kabul, değerleri bulma, duyguların işlevi ve rolü çalışılmıştır. Dördüncü oturumda değerler ve eylemler oturumu düzenlenmiş; değerler netleştirilerek sosyal izolasyonu önlemek için hedefler belirlenmiştir. Beşinci oturumda zihnin tuzakları ve ruminasyonu durdurma; altıncı oturumda eyleme geçme çalışılmıştır. Yedinci oturumda kararlı eylem oturumu ve sekizinci oturumda sürecin kazanımlarını korumaya yönelik sonlandırma oturumu yapılmıştır. Son olarak Saedifard vd., (2015) tarafından yürütülen araştırmada; birinci oturumda kaygının doğasının tam olarak anlaşılması ve başa çıkma stratejileri; ikinci oturumda üyelerin kişisel olaylarında kontrol yöntemleri; üçüncü oturumda kontrolün asıl problem olduğu; dördüncü oturumda anda olma çalışılmıştır. Beşinci oturumda değerler ve hedefler ile davranış adımları belirleme; altıncı oturumda anda olma; yedinci oturumda duygular üzerinde durularak kaçınma davranışlarına dikkat çekilmiştir. Sekizinci oturumda kavramsal benlik ve bağlamsal benlik ayrımı; son oturumda ise belirlenen hedeflere ulaşmada engellerle çalışma ve eylemi uygulama üzerinde durulmuştur.

3.6. KKT Temelli Ebeveyn Grup Müdahale Çalışmalarında Ulaşılan Sonuçlara İlişkin Bulgular

Çalışmada, “KKT temelli ebeveyn grup müdahale çalışmalarında ulaşılan sonuçlar nasıldır?” sorusu sorulmuş ve elde edilen literatür bilgisi Tablo 6’da verilmiş ve açıklamaları yapılmıştır.

Tablo 6: Çalışmaların Sonuçlarına Dair Bilgiler

Yazar, Yıl, Yer	Sonuçlar
Lobato vd., (2023), İspanya	Psikolojik katılık, algılanan stres ve bastırma düzeyinde istatistiksel olarak azalma olduğu ve izlemeye de bu sonuçların devam ettiği görülmüştür. Ayrıca katılımcıların ebeveyn-çocuk etkileşiminde cezalandırıcı ve düşmanca eğiliminin azaldığı, destekleyici ve eşlik edici eğiliminin arttığı sonucuna ulaşılmıştır.
Marufoğlu (2023), Türkiye	Psikolojik esneklik ve yaşam doyumunun arttığı, ölüm kaygısı ve tükenmişlikte meydana gelen değişimlerin ise istatistiksel olarak anlamlı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.
Tümlü (2021), Türkiye	Psikolojik esneklik, psikolojik dayanıklılık ve evlilik doyumunun arttığı ve bu etkinin izlemeye artarak devam ettiği sonucuna ulaşılmıştır.
Khamseh ve Khoeini (2020), İran	Deneyimsel kaçınma ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün azaldığı sonucuna ulaşılmıştır.
Gharashi vd., (2019), İran	Bilinçli farkındalığın arttığı ve annelerin zihinsel sağlığını geliştirdiği sonucuna ulaşılmıştır.
Salimi vd., (2019), İran	Bilişsel duygu düzenlemenin boyutlarından; plana tekrar odaklanma, pozitif tekrar odaklanma, kendini suçlama, başkalarını suçlama, felaketleştirme, kabul etme üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu; ruminasyonda önemli bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.
Saedifard vd., (2015), İran	Psikolojik dayanıklılığın arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 6’da görüldüğü gibi, incelenen çalışmalarda ulaşılan sonuçlar sırasıyla şu şekildedir: Lobato vd., (2023) çalışmasında, deney grubu için psikolojik katılık, bastırma ve algılanan

stresin hem son test hem de izleme ölçümlerinde anlamlı ölçüde azaldığını bulmuştur. Kontrol grubunda ise bir değişiklik olmamıştır. Etki büyüklüğü, incelenen tüm değişkenler için orta-büyük olarak değerlendirilmiştir. Ayrıca tekrarlanan ANOVA ölçümleri ile ebeveyn-çocuk etkileşim eğilimleri incelenmiş ve destekleyici/eşlik edici davranışlar ($F(3,21)= 5.264$; $p=0.007$; $\eta^2p = 0.429$; $1 - \beta = 0.736$) ile cezalandırıcı/düşmanca davranışlar ($F(3,21)= 27.555$; $p<0.001$; $\eta^2p = 0.797$; $1 - \beta = 0.999$) için beklendik yönde önemli değişiklikler bulunmuştur. Kontrol grubu için ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Marufoğlu (2023) çalışmasında, deney grubundaki katılımcıların psikolojik esneklik puan ortalamaları ile kontrol grubu puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık olduğunu (-.6351, $p=.00$), deney grubu ile plasebo grubu puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğunu bulmuştur (.5961, $p=.00$). Deney grubundaki katılımcıların yaşam doyumu puan ortalamaları ile kontrol grubu puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık olduğu (.84, $p=.00$), deney grubu ile plasebo grubu puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur (.87, $p=.00$). Çalışmada deney, kontrol ve plasebo grubundaki katılımcıların ölüm kaygısı düzeylerinin ön test, son test ve izleme ölçümleri puan ortalamaları için yapılan ölçüm ve grup etkileşim etkisi analizleri sonucunda bu etkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı sonucu bulunmuştur ($F(2-36) = 1.401$; $p=.07$). Yine tükenmişlik düzeylerinin ön test, son test ve izleme ölçümleri puan ortalamaları için yapılan tekrarlayan ölçümler testinde grup etkisinin anlamlı olmadığı bulunmuştur ($F(2-36) = .317$; $p=.730$).

Tümlü (2021) çalışmasında, annelerden oluşan deney grubunun psikolojik esneklik ön-test ve son-test [$z = 2.807$, $p<.01$], ön-test ve izleme testi [$z = 2.937$, $p<.01$] ile son-test ve izleme testi [$z = 2.950$, $p<.01$] sıra ortalamalarının anlamlı düzeyde farklılaştığını bulmuştur. Psikolojik dayanıklılık ön-test ve son-test [$z = 2.937$, $p<.01$], ön-test ve izleme testi [$z = 2.936$, $p<.01$] ile son-test ve izleme testi [$z = 2.322$, $p<.01$] sıra ortalamalarının anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Yine evlilik doyumu ön-test ve son-test [$z = 2.937$, $p<.01$], ön-test ve izleme testi [$z = 2.937$, $p<.01$] sıra ortalamalarının anlamlı düzeyde farklılaştığı; son-test ve izleme testi [$z = 1.842$, $p>.05$] sıra ortalamalarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Babalardan oluşan deney grubunda ise psikolojik esneklik ön-test ve son-test [$z = 2.812$, $p<.01$], ön-test ve izleme testi [$z = 2.805$, $p<.01$] ile son-test ve izleme testi [$z = 2.106$, $p<.05$] sıra ortalamalarının anlamlı düzeyde farklılaştığını bulmuştur. Psikolojik dayanıklılık ön-test ve son-test [$z = 2.403$, $p<.05$], ön-test ve izleme testi [$z = 2.805$, $p<.01$] ile son-test ve izleme testi [$z = 2.823$, $p<.01$] sıra ortalamalarının anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Yine evlilik doyumu ön-test ve son-test [$z = 2.871$, $p<.01$], ön-test ve izleme testi [$z = 2.810$, $p<.01$], son-test ve izleme testi [$z = 2.810$, $p>.01$] sıra ortalamalarının anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür.

Gharashi vd., (2019) çalışmasında, deney grubunun deneysel kaçınma puan ortalamasının son testte azaldığını ($p<0,001$), kontrol grubunun puan ortalamasında ise anlamlı bir değişiklik olmadığını bulmuştur. Ayrıca deney grubunun belirsizliğe tahammülsüzlük puan ortalamasının son testte azaldığı ($p<0,001$); kontrol grubunda ise anlamlı bir değişiklik olmadığı saptanmıştır. ANCOVA sonuçları grup etkisinin %99 güven aralığında deneysel kaçınma için ($F1, 32 = 120.26$, $p=0.001$), belirsizliğe tahammülsüzlük için ($F1, 32 = 71,38$, $p=0,001$) anlamlı olduğunu göstermiştir. Khamseh ve Khoeini (2020) tarafından yapılan çalışmada; bilinçli farkındalığın boyutlarından gözlem, açıklama ve eylemsizlik ön test-son test arasındaki fark sırasıyla ($p=0,47$, $p=0,007$ ve $p=0,15$) bulunduğundan anlamlı olarak değerlendirilmiştir. Bilinçli eylem ve zihinsel sağlık açısından ön test-son test arasındaki fark ($p=0,314$ ve $p=0,317$) anlamlı bulunmazken, ön test-izleme testi arasındaki fark ($p<0,001$ ve $p=0,019$) anlamlı olarak bulunmuştur. Sonuçlar,

bilinçli farkındalığın deney ve kontrol grupları arasında anlamlı farklılıklar gösterdiğine işaret etmektedir.

Salimi vd., (2019) çalışmasında, yapılan kovaryans analizine göre, KKT programının plana tekrar odaklanma ($p=0.003$), pozitif tekrar odaklanma ($p=0.004$), kendini suçlama ($p=0.001$), başkalarını suçlama ($p=0.007$), felaketleştirme ($p=0.001$), kabul etme ($p=0.008$) üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğunu ancak ruminasyon üzerinde anlamlı bir farklılık oluşmadığını ($p=0.025$) göstermiştir. Saeedifard vd., (2015) tarafından yapılan çalışmada, deney grubunun psikolojik dayanıklılık ön test-son test puan ortalamalarının arttığı, ayrıca tek değişkenli kovaryans analizine göre ($F=78.63$ ve $p<0.01$) deney ve kontrol grubu psikolojik dayanıklılık puan farklarının anlamlı olduğu bulunmuştur.

4. SONUÇ

Bu araştırmada, araştırmanın amacı doğrultusunda KKT temelli olarak ebeveynlerle gerçekleştirilen grup müdahale programlarını içeren çalışmalar, nitel araştırma yöntemlerinden doküman analizi yöntemi ile incelenmiştir. Araştırma kapsamına dahil edilen yedi çalışma; “araştırma grupları”, “araştırma desenleri”, “oturma sayısı ve süreleri”, “ölçme araçları”, “oturma içerikleri” ve “araştırma sonuçları” şeklinde kategoriler oluşturularak incelenmiştir.

İncelenen çalışmalarda; bir çalışmada kistik fibrozis hastalığına sahip yenidoğan annelerinin (Khamseh ve Khoeini, 2020), diğer çalışmaların tamamında ise otizm spektrum bozukluğu, zihinsel engel, işitme engeli ve öğrenme güçlüğü gibi özel gereksinimi olan çocukların ebeveynlerinin katılımcı olarak yer aldığı görülmüştür (Gharashi vd., 2020; Lobato vd., 2023; Marufoğlu, 2023; Saeedifard vd., 2015; Salimi vd., 2019; Tümlü, 2021). Gerek hasta gerekse de özel gereksinimli bir çocuğun doğumu ailede şok, reddetme, aşırı üzüntü gibi duygular yaratabilmekte ve ebeveynlerin ruh sağlığını olumsuz etkileyebilmektedir (Khamseh ve Khoeini, 2020; Toy ve Kesici, 2020). Özel gereksinimli çocukların ebeveynleriyle yapılan araştırmalar daha yüksek düzeyde stres (Montes ve Halterman, 2007), depresyon (Lee, 2013), tükenmişlik (Ertürk, 2018); daha düşük düzeyde yaşam doyumu (Cengiz vd., 2021), psikolojik iyi oluş (Norlin ve Broberg, 2013) ve psikolojik esneklik (Gur ve Reich, 2023) yaşandığını ortaya koymuştur. Bu açıdan, özel gereksinimli çocukların ebeveynlerinin psikolojik açıdan desteklenmesi önemlidir (Karadağ, 2014). KKT'nin de çeşitli psikolojik ve fiziksel zorlukları olan çocukların ebeveynleri için olumlu sonuçlar veren kanıt temelli bir yaklaşım olduğu kanıtlanmıştır (Bryne vd., 2020). Bu doğrultuda, incelenen çalışmalarda yer alan araştırma gruplarının özelliklerinin beklendiği ortaya çıkmaktadır. Ayrıca değerlendirilen çalışmaların çoğunda araştırma gruplarını annelerin oluşturduğu (Gharashi vd., 2020; Khamseh ve Khoeini, 2020; Marufoğlu, 2023; Saeedifard vd., 2015; Salimi vd., 2019), babaların ise yalnızca iki çalışmada yer aldığı görülmektedir (Lobato vd., 2023; Tümlü, 2021). Annelerin babalara göre çocuklarıyla daha fazla zaman geçirmesine ve temel bakım veren rolünü üstlenmesine karşın (Crnic ve Low, 2002), bu sonuç çalışmalar açısından bir sınırlılık olarak ele alınabilir.

Çalışmalar incelendiğinde, kullanılan araştırma desenleri açısından üçünün ön test-son test kontrol gruplu yarı deneysel desende (Gharashi vd., 2019; Saeedifard vd., 2015; Salimi vd., 2019), birinin ön test-son test-izleme ölçümlü kontrol gruplu yarı deneysel desende (Khamseh ve Khoeini, 2020), birinin ise ön test-son test-izleme ölçümlü randomize kontrol gruplu deneysel desende olduğu (Lobato vd., 2023) görülmüştür. Ayrıca 3X3'lük split-plot karışık deneysel desende bir çalışma (Marufoğlu, 2023); karma model içinde 3X3'lük deneysel desende bir çalışma (Tümlü, 2021) olduğu görülmüştür. Çalışmaların tümünde kontrol grubu bulunması ve dördünde izleme ölçümünün alınması önemlidir. Nitekim izleme ölçümleri, müdahale

sonucunda ortaya konan değişiklikleri takip etme imkanı sağlamaktadır (Dursun ve Akkaya, 2022).

İncelenen çalışmalardan biri üç oturumdan (Lobato vd., 2023); biri yedi oturumdan (Marufoğlu, 2023); dördü sekiz oturumdan (Gharashi vd., 2019; Khamseh ve Khoeini, 2020; Saeedifard vd., 2015; Salimi vd., 2019); biri ise dokuz oturumdan (Tümlü, 2021) oluşmaktadır. Süresi belirtilmeyen bir çalışma haricinde (Saeedifard vd., 2015), çalışmalarda oturumların süresi atmış ile yüz seksen dakika arasında değişmektedir (Gharashi vd., 2019; Khamseh ve Khoeini, 2020; Lobato vd., 2023; Saeedifard vd., 2015; Salimi vd., 2019, Tümlü, 2021). KKT’de belirgin bir oturum sayısı ve süresi bulunmamakta ve birçok farklı format ışığında süreç ilerleyebilmektedir (Harris, 2022: 104). KKT temelli grup süreçlerinin ise doksan dakika ile üç saat arasında değişiklik gösterdiği ifade edilmekle birlikte (Wilson ve Sandoz, 2008, aktaran Tümlü, 2021), oturum sayısı ve süresi için esnekliğe işaret edildiği görülmektedir (Marufoğlu, 2023). Bu doğrultuda, incelenen çalışmalarda oturum sayısı ve sürelerinin farklılık göstermesinin, çalışılan konular ve izlenen protokoller bağlamında değerlendirildiğinde beklendik olduğu söylenebilir.

İncelenen çalışmalarda, çalışılan konuya göre birbirinden farklı ölçme araçlarının kullanıldığı görülmektedir (Gharashi vd., 2020; Khamseh ve Khoeini, 2020; Lobato vd., 2023; Marufoğlu, 2023; Saeedifard vd., 2015; Salimi vd., 2019; Tümlü, 2021). Çalışmalarda KKT’nin geliştirmeyi amaçladığı psikolojik esnekliği ve psikolojik esnekliğin temel boyutlarını değerlendirmeye yarayan nicel ölçme araçları kullanılmıştır (Gharashi vd., 2020; Khamseh ve Khoeini, 2020; Lobato vd., 2023; Marufoğlu, 2023; Tümlü, 2021). Ayrıca psikolojik dayanıklılık (Saeedifard vd., 2015, Tümlü, 2021); bilişsel duygu düzenleme (Salimi vd., 2019); stres (Lobato vd., 2023); ölüm kaygısı, tükenmişlik, yaşam doyumu (Marufoğlu, 2023); evlilik yaşamı (Tümlü, 2021); belirsizliğe tahammülsüzlük (Gharashi vd., 2023) değişkenlerine yönelik nicel ölçme araçları kullanılmıştır. İncelenen çalışmalarda, müdahale programlarının etkililiğini değerlendirmede nicel ölçme araçlarının yanı sıra, yalnızca bir çalışmada nitel ölçme aracının kullanıldığı görülmüştür (Tümlü, 2021). Araştırmalarda nicel ölçümlerin nitel ölçümlerle desteklenmesinin elde edilen sonuçları daha güvenilir ve güçlü kıldığı düşünüldüğünde (Dursun ve Gamsız Tunç, 2021), bu durumun çalışmalar açısından bir sınırlılık olduğu düşünülebilir.

Çalışmalar incelendiğinde, oturum içeriklerinde KKT temel alınmakla birlikte oturumların birbirinden farklı şekilde oluşturulduğu görülmüştür. KKT’de grupların yapılandırılması ve oturum içeriklerinin oluşturulmasında araştırmacılar için esneklik sağlandığı belirtilmiştir (Marufoğlu, 2023; Walser ve Pistorello, 2004: 353). Ancak grup süreçlerinde ve oturum içeriklerinde KKT’nin temel süreçlerinin tamamının (kabul, ayrışma, anda olma, bağlamsal benlik, değerler, kararlı eylem) bulunmasının önemine dikkat çekilmiştir (Walser ve Pistorello, 2004: 354). Bu doğrultuda, incelenen çalışmalarda belirtilen temel süreçlerin aynı oturum içinde eş zamanlı olarak (Khamseh ve Khoeini, 2020; Lobato vd., 2023; Salimi vd., 2019) veya birbirini takip eden oturumlarda ayrı ayrı çalışıldığı görülmüştür (Gharashi vd., 2019; Marufoğlu 2023; Saeedifard vd., 2015; Tümlü, 2021). Ayrıca KKT’nin temel süreçlerinin tamamının yalnızca üç çalışmada yer aldığı görülmüştür (Lobato vd., 2023; Marufoğlu 2023; Tümlü, 2021). Bununla birlikte bu süreçlerin hepsinin birbiriyle ilişkili olması ve psikolojik esneklik modelinin temel boyutlarını oluşturması sebebiyle (Hayes vd., 2006), programlarda tamamının yer almasının önemli olduğu düşünülmektedir.

İncelenen çalışmalarda, deney grubundaki katılımcıların psikolojik esneklik (Lobato vd., 2023; Marufoğlu 2023; Tümlü, 2021), psikolojik dayanıklılık (Saeedifard vd., 2015; Tümlü, 2021), yaşam doyumu (Marufoğlu 2023), evlilik doyumu (Tümlü, 2021), bilişsel duygu düzenleme

stratejileri (Salimi vd., 2019); bilinçli farkındalık ve zihinsel sağlık (Khamseh ve Khoeini, 2020) düzeylerini artırmada; algılanan stres ve bastırma (Lobato vd., 2023), deneysel kaçınma ve belirsizliğe tahammülsüzlük (Gharashi vd., 2019) düzeylerini azaltmada etkili olduğu görülmüştür. Bununla birlikte ölüm kaygısı, tükenmişlik (Marufoğlu, 2023) ve ruminasyon (Salimi vd., 2019) üzerinde anlamlı bir farklılık oluşmadığı görülmüştür. Çalışmaların önemli bir kısmında, KKT temelli grup müdahale programlarının ebeveynler üzerinde anlamlı etkiye yol açtığı söylenebilir. KKT'nin giderek artan bir ampirik destek tabanına sahip olduğu bilinmekle birlikte (Hayes vd., 2006), farklı konu ve değişkenlerle yeni çalışmaların yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

5. ÖNERİLER

Bu çalışma sonucunda, ebeveynlerle KKT temelli grup müdahale programları bağlamında çeşitli öneriler sunulmuştur. Öncelikle araştırma grupları açısından bakıldığında, farklı özellikler (dil ve konuşma bozukluğu, gelişim geriliği vb.) gösteren çocukların ebeveynlerine yönelik çalışmaların sayısı artırılabilir. Dezavantajlı durumda olan çocukların ebeveynleriyle yürütülecek KKT çalışmalarına ihtiyaç duyulduğu görülmektedir. Bunun yanında tipik gelişimsel özellikler gösteren çocukların ebeveynleri ile yürütülecek çalışmaların da benzer yararlar sağlayacağı düşünülebilir. Yapılacak çalışmalarda hem annelerin hem de babaların katılımcı olarak yer alması bir diğer öneridir. KKT temelli olarak ebeveynlerle yürütülecek çalışmaların, gerçek deneysel desende tasarlanması ve izleme ölçümlerinin alınması da çalışmaları güçlendirecektir. Gerçek deneysel desende denekler gruplara yansız olarak atanmakta ve böylece kurulan nedensellik bağı daha güçlü bir şekilde yorumlanmaktadır (Büyükoztürk vd., 2022: 203). Yarı deneysel desenler ise bilimsel değer bakımından gerçek deneysel desenden sonra gelmektedir (Karasar, 2016: 134). Bu açıdan, gerçek deneysel desene dayalı çalışmaların artırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Ayrıca yapılacak çalışmalarda, yalnızca nicel ölçme araçlarına değil nitel değerlendirmelere de yer verilmesi katılımcıların deneyimleri ile programın ve sürecin etkililiğine ilişkin daha detaylı bilgi sağlayacaktır. KKT temelli müdahale programlarının oturum içeriklerinde, psikolojik esnekliğin altı boyutunun tamamına (kabul, ayrışma, anda olma, bağlamsal benlik, değerler, kararlı eylem) detaylı olarak yer verilmesi oldukça önemlidir. Ayrıca katılımcıların çalışılan konuyla ilgili kendi öykülerini paylaşmalarına ve psikolojik esneklik modeli çerçevesinde bir değerlendirme yapmalarına zaman ayrılması önerilebilir. İncelenen çalışmaların olumlu sonuçları dikkate alındığında, gelecekte ebeveynleri güçlendirmede ve ebeveynlerin ruh sağlığına katkı sağlamada KKT uygulamalarından yararlanılabileceği söylenebilir.

Bu çalışmanın sınırlılıkları olarak öncelikle, taranan veri tabanlarına işaret edilebilir. Gelecek çalışmalarda taranan veri tabanları sayıca çoğaltılabilir ve çalışma zenginleştirilebilir. Teknoloji tabanlı çalışmalar ve çevrimiçi ortamlarda yürütülen uygulamalar da çalışma kapsamına alınabilir. Çalışmaya Türkçe ve İngilizce dışında diller dahil edilerek çalışmanın kapsamı genişletilebilir. Ayrıca KKT ile diğer yaklaşımların birlikte ele alındığı ve sonuçlarının karşılaştırıldığı çalışmalar incelenerek kapsamlı sonuçlar elde edilebilir.

KAYNAKÇA

Atjak, J. G., Davis, M. L., Morina, N., Powers, M. B., Smits, J. A., & Emmelkamp, P. M. (2015). A metaanalysis of the efficacy of acceptance and commitment therapy for clinically relevant mental and physical health problems. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 84(1), 30–36. <https://doi.org/10.1159/000365764>

- Baccassino, F., & Pinnelli, S. (2023). Giftedness and gifted education: A systematic literature review. *Frontiers in Education*, 7:1073007. Frontiers Media SA. <https://doi.org/10.3389/feduc.2022.1073007>
- Bai, Z., Luo, S., Zhang, L., Wu, S., & Chi, I. (2020). Acceptance and commitment therapy (ACT) to reduce depression: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 260, 728-737. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.09.040>
- Baş, S., & Dirik, G. (2019). Kanser tanısı olan kişilerde kabul ve kararlılık terapisi uygulamaları: sistematik bir derleme. *Psikoloji Çalışmaları*, 39(2), 459-485. <https://doi.org/10.26650/SP2019-0025>
- Blackledge, J. T., & Hayes, S. C. (2006). Using acceptance and commitment training in the support of parents of children diagnosed with autism. *Child & Family Behaviour Therapy*, 28(1), 1-18. https://doi.org/10.1300/J019v28n01_01
- Bowen, G. A. (2009). Document analysis as a qualitative research method. *Qualitative Research Journal*, 9(2), 27-40. <https://doi.org/10.3316/QRJ0902027>
- Brown, F. L., Whittingham, K., Boyd, R. N., McKinlay, L., & Sofronoff, K. (2014). Improving child and parenting outcomes following paediatric acquired brain injury: A randomised controlled trial of Stepping Stones Triple P plus acceptance and commitment therapy. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 55, 1172-1183. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12227>
- Byrne, G., Ghráda, Á. N., O'Mahony, T., & Brennan, E. (2020). A systematic review of the use of acceptance and commitment therapy in supporting parents. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 94, 378-407. <https://doi.org/10.1111/papt.12282>
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2022). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. 32. Baskı, Pegem Akademi.
- Cengiz, S., Yıldız, M. N., & Peker, A. (2021). Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynler ile tipik gelişim gösteren çocuğa sahip ebeveynlerin stres ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 17(36), 2940-2956. <https://doi.org/10.26466/opus.832440>
- Coyne, L. W., McHugh, L., & Martinez, E. R. (2011). Acceptance and commitment therapy (ACT): Advances and applications with children, adolescents, and families. *Child and adolescent psychiatric clinics*, 20(2), 379-399. <https://doi.org/10.1016/j.chc.2011.01.010>
- Crnic, K. & Low, C. (2002). Everyday stresses and parenting. Bornstein, M. H. H. (Ed). *Handbook of Parenting Second Edition Volume 5 Practical Issues in Parenting* in (243-269), Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Dursun, A., & Akkaya, M. (2022). Kabul ve kararlılık terapisi odaklı deneysel araştırmalar: Sistematik bir gözden geçirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(3), 340-352. <https://doi.org/10.18863/pgy.1014526>
- Dursun, A., & Tunç, Ö. G. (2021). Ergenler ve genç yetişkinlere yönelik gerçeklik terapisine dayalı grup müdahaleleri: Sistematik gözden geçirme. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(3), 2323-2346. <https://doi.org/10.17679/inuefd.951530>
- Elo, S., ve Kyngäs, H. (2008). The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing*, 62(1), 107-115. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2007.04569.x>
- Ertürk, Y. (2018). *Özel gereksinimli çocuğa sahip olan ve olmayan annelerin ilgili değişkenler açısından sosyal beceri düzeylerinin karşılaştırılması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Fung, K., Lake, J., Steel, L., Bryce, K., & Lunskey, Y. (2018). ACT processes in group intervention for mothers of children with autism spectrum disorder. *Journal of autism and developmental disorders, 48*, 2740-2747. <https://doi.org/10.1007/s10803-018-3525-x>
- Gharashi, K., Moheb, N., & Abdi, R. (2019). The effects of the acceptance and commitment therapy on the experiential avoidance and intolerance of uncertainty of mothers with hearing-impaired children. *Auditory and Vestibular Research, 28*(4), 256-264. <https://doi.org/10.18502/avr.v28i4.1462>
- Gloster, A. T., Walder, N., Levin, M. E., Twohig, M. P., & Karekla, M. (2020). The empirical status of acceptance and commitment therapy: A review of meta-analyses. *Journal of contextual behavioral science, 18*, 181-192. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.09.009>
- Gur, A., & Reich, A. (2023). Psychological flexibility of parents of children with disabilities: A systematic literature review. *Research in Developmental Disabilities, 136*, 104490. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2023.104490>
- Harris, R. (2021). *Mutluluk tuzağı* (Çev. M. H. Türkçapar & K. F. Yavuz). İstanbul: Litera Yayıncılık. (Orijinal yayın tarihi, 2016).
- Harris, R. (2022). *ACT'i kolay öğrenmek: Kabul ve Kararlılık Terapisi için hızlı bir başlangıç*. (Çev. F. E. Esen & K. F. Yavuz). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour research and therapy, 44*(1), 1-25. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.06.006>
- Hayes, S. C. (2004). Acceptance and commitment therapy, relational frame theory, and the third wave of behavioral and cognitive therapies. *Behavior therapy, 35*(4), 639-665. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(04\)80013-3](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(04)80013-3)
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour research and therapy, 44*(1), 1-25. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.06.006>
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., Bunting, K., Twohig, M., & Wilson, K. G. (2004). What is acceptance and commitment therapy? In S.C.Hayes & K. D. Strosahl (Eds.), *A practical guide to acceptance and commitment therapy*. Springer.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., and Wilson, K. G. (2011). *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change*. Guilford Press.
- Işık, Ş., Ergüner Tekinalp, Üzbe Atalay, N., & Kaynak, Ü. (2022). *Psikolojik danışmada güncel kuramlar*. 7. Baskı, Pegem Akademi
- Karadağ, G. (2014). Özel gereksinimi olan çocuğa sahip ebeveynlerin yaşadığı zorluklar ve çözüm önerileri. *TAF Preventive Medicine Bulletin, 13*(6). 10.5455/pmb1-1389682796
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar ilkeler teknikler*. 31. Baskı, Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kaya-Akdemir, M. (2018). *Kabul ve kararlılık terapisi yönelimli psiko-eğitim programının başa çıkma yeterliği üzerindeki etkisi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kayacan, İ., & Bingöl, T. (2023). Kabul ve kararlılık terapisi temelli psiko-eğitim programlarına bir bakış: Ulusal tezlerin derlenmesi. *Journal of Sustainable Education Studies, (Özel Sayı (Ö2))*, 97-107.
- Khamseh, L. E., & Khoeini, F. (2021). The effectiveness of acceptance and commitment therapy on mental health and mindfulness in mothers of newborns with cystic fibrosis. *Journal of Neonatal Nursing, 27*(1), 43-46. <https://doi.org/10.1016/j.jnn.2020.08.003>

- Lee, J. (2013). Maternal stress, well-being, and impaired sleep in mothers of children with developmental disabilities: A literature review. *Research in developmental disabilities, 34*(11), 4255-4273. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2013.09.008>
- Lobato, D., Montesinos, F., Polín, E., & Cáliz, S. (2023). Third-generation behavioural therapies in the context of neurodevelopmental problems and intellectual disabilities: A randomised clinical trial with parents. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 20*(5), 4406. <https://doi.org/10.3390/ijerph20054406>
- Kitchenham, B. A. & S. Charters (2007) Guidelines for performing systematic literature reviews in software engineering, *Technical Report EBSE-2007-01*, School of Computer Science and Mathematics, Keele University.
- Marufoğlu, M. (2023). *Kabul ve kararlılık terapisi yönelimli psiko-eğitim programının engelli çocuğu olan ebeveynlerin psikolojik esneklik, ölüm kaygısı, tükenmişlik ve yaşam doyumu düzeyleri üzerindeki etkisi.* (Yayımlanmamış doktora tezi) Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Montes, G., and Halterman, J. S. (2007). Psychological functioning and coping among mothers of children with autism: A population-based study. *Pediatrics, 119*(5), <https://doi.org/10.1542/peds.2006-2819>
- Nalbant, A., & Yavuz, K. F. (2019). Dil kozasından çıkış: Bilişsel ayrışma. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi, 8*(1), 58-62. <https://doi.org/10.5455/JCBPR.33709>
- Norlin, D., & Broberg, M. (2013). Parents of children with and without intellectual disability: couple relationship and individual well-being. *Journal of Intellectual Disability Research, 57*(6), 552-566. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2788.2012.01564.x>
- Onnink, C. M., Konstantinidou, Y., Moskovich, A. A., Karekla, M. K., & Merwin, R. M. (2022). Acceptance and commitment therapy (ACT) for eating disorders: A systematic review of intervention studies and call to action. *Journal of Contextual Behavioral Science, 26*, 11-28. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2022.08.005>
- Saeedifard, T., Nazari, A. M., & Mohsenzadeh, F. (2016). Effect of acceptance and commitment therapy on the resiliency of mothers of children with learning disability. *Journal of Research & Health, 6*(2), 263-271.
- Salimi, M., Mahdavi, A., Yeghaneh, S. S., Abedin, M., & Hajhosseini, M. (2019). The effectiveness of group based acceptance and commitment therapy (ACT) on emotion cognitive regulation strategies in mothers of children with autism spectrum. *Maedica, 14*(3), 240. [10.26574/maedica.2019.14.3.240](https://doi.org/10.26574/maedica.2019.14.3.240)
- Sandelowski, M. (2000). Whatever happened to qualitative description?. *Research In Nursing ve Health, 23*(4), 334-340. [https://doi.org/10.1002/1098-240X\(200008\)23:4<334::AID-NUR9>3.0.CO;2-G](https://doi.org/10.1002/1098-240X(200008)23:4<334::AID-NUR9>3.0.CO;2-G)
- Stoddard, J. A., & Afari, N. (2022). *ACT metaforları: Kabul ve Adanmışlık Terapisinde deneyime dayalı alıştırılmalar, uygulamalı metaforlar rehberi* (Çev. E. G. Larrison & B. Ergin), Epsilon Yayınevi. (Orijinal çalışma, 2014).
- Toy, A. B., & Kesici, İ. (2020). Özel gereksinimli çocuğu olan annelerin eğitim ihtiyaçları. *Journal of Advanced Education Studies, 2*(1), 61-93.
- Tümlü, C. (2021). *Kabul ve Kararlılık Terapisi'ne dayalı psiko-eğitim programının otizm spektrum bozukluğu olan çocuk (3-6 yaş) anneleri ve babalarının psikolojik uyumlarına etkisi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ulubay, G., & Güven, M. (2022). Kabul ve kararlılık terapisi ve psikolojik esneklik ile ilgili araştırmaların incelenmesi. *The Journal of International Lingual Social and Educational Sciences, 8*(2), 92-101. <https://doi.org/10.34137/jilses.1109608>

- Walser, R.D., Pistorello, J. (2004). ACT in group format. Hayes, S.C. & Strosahl, K.D. (Eds) *A Practical Guide to Acceptance and Commitment Therapy*. Springer, in (347-372), Boston, MA. https://doi.org/10.1007/978-0-387-23369-7_14
- Walser, R. D. ve Westrup, D. (2007). *Acceptance and commitment therapy for the treatment of post-traumatic stress disorder and trauma-related problems*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Yavuz, K. F. (2015). Kabul ve kararlılık terapisi (ACT): Genel bir bakış. *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics*, 8(2), 21-27.
- Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2018). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. 12. Baskı. Ankara: Seçkin Yayıncılık.

Çatışma Beyanı: Makalenin yazarları, bu çalışma ile ilgili taraf olabilecek herhangi bir kişi, kurum veya kuruluşun finansal ilişkileri bulunmadığını dolayısıyla herhangi bir çıkar çatışmasının olmadığını beyan eder.

Destek ve Teşekkür: Çalışmada herhangi bir kurum ya da kuruluştan destek alınmamıştır.

Etik Kurul İzni: Bu araştırma, kapsamı gereği etik kurul onayı gerektirmemektedir.

Katkı Oranı Beyanı: Araştırmada birinci yazarın katkı oranı %60, ikinci yazarın katkı oranı %40'tır.